



KYCKLING

Allt-i-ett-kyckling

Kock: **Michael Hoffman** Tid: **60 min** Portioner: **4**



Detta är ett väldigt enkelt och lättlagat recept som passar utmärkt de där dagarna då man inte orkar, eller inte hinner lägga så mycket tid på matlagningen. Man gör bara i ordning alla ingredienser i en ugnform och sen sköter sig tillagningen själv i ugnen. Perfekt!



INGREDIENSER

4 st kycklingklubbor
4 st potatisar
4 st tomat
2 st paprikor
2 st rödlökar
2 st vitlöksklyftor
olivolja
salt & vitpeppar
1 msk paprikapulver
2 tsk spiskummin
1 krm cayennepeppar

GÖR SÅ HÄR

1

Sätt ugnen på 200 grader.

2

Börja med att lägga kycklingklubbarna i en stor ugnform. Tvätta potatisen men behåll skalet på och dela den i hälften på längden, lägg dem i formen med kycklingen. Skölj tomaterna och dela dem. Skala löken & vitlöken och skär i 6 bitar på varje lök. Kärna ur paprikorna och dela i mindre bitar. Lägg alltsammans i formen med kycklingen. Ringla lite olivolja över alltsammans och krydda kycklingen med salt & vitpeppar, potatisen saltar du efteråt. Pudra över lite paprikapulver över alla ingredienser.

3

Sätt in formen i ugnen på 200 grader och låt den stå tills kycklingen håller 70 grader i innertemperatur, det tar ca 40-50 minuter.

4

Servera rätten som den är eller med en klick yoghurt eller tzatziki.